

報道資料 報道関係者各位
NPO 法人 地域精神保健福祉機構（コンボ）

NPO コンボ『こころの元気+』10月号「いい医者さんはどこにいる」特集

調査と体験談で浮き彫りに

信頼できる医師との出会いに 5 年以上かかる人が 4 割。 13 年前と変わらず。

認定 NPO 法人地域精神保健福祉機構（コンボ、千葉県）は、『こころの元気+』2026 年 10 月号の特集「いい医者さんはどこにいる？」で、「いい医者さんアンケート」を実施しました。2013 年と同じ設問と比較すると、信頼できる担当医に出会うまで長い年月を要する状況が、今回も見られました。

4 割が信頼できる医師に出会うまで「5 年以上」かかっている

調査では、「信頼できる医師に出会うまでの時間」が 5 ～ 10 年、10 年以上の合計が、2013 年が 39 人（43%）、2026 年では、55 人（40%）で、13 年前とほぼ同じ割合でした。

分析を担当した精神科医の夏莉郁子氏は、自身の 2015 年調査とも比較し、患者・医師関係の本質は大きく変わっていないとみています。

一方、相性や治療方針への不満による担当医の変更は減り、共同で意思決定する機会が増えた可能性も指摘しています。なお、両年の回答者の年齢構成などは異なり、医療全体の変化を断定するものではありません。



メンタルヘルスマガジン『こころの元気+』
2026 年 10 月号特集
「いい医者さんはどこにいる？」

当事者が求めるのは、安心して相談できる関係

読者(当事者)には医師選びのポイントも尋ねました。診察の内容では「困りごとを具体的に相談できる」が 70%で最多でした。医師本人については「質問しやすい雰囲気」が 57%、「治療方針を一緒に考えてくれる」が 50%でした（各分野 5 つまでの複数回答）。

よい出会いを偶然に委ねないために（コンボの見解）

今回の調査は、インターネット・SNS の普及により、情報が得やすくなったこともあり、状況は良くなっていることを期待して調査をしました。ところが、出会いの難しさが 13 年前とほぼ変わらないことに驚いていますし、とても残念です。信頼できる医師との出会いが、本人の努力や偶然だけに委ねず、患者の声を聴く診療と相談支援の充実を期待します。このアンケートが、患者と医師、支援者が一緒に、安心できる医療を考えるきっかけにしたいと考えています。

調査の報告は別紙

対象：精神科の受診経験がある本人。期間：2026 年 6 月 19 日～7 月 12 日。インターネット調査、有効回答 245 人。2013 年の調査（有効回答 135 人）と共通する設問で比較しました。設問により回答者数は異なり、一部は複数回答。

【お問い合わせ】

NPO 法人 地域精神保健福祉機構（コンボ）丹羽（にわ）

TEL：047-320-3870（コンボ） メール：niwa@comhbo.net

〒272-0031 千葉県市川市平田 3-6-2

